

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تعارف شناختی

مؤلفان:

دکتر فریبرز درتاج (استاد دانشگاه، علامه طباطبائی)

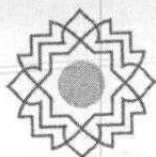
زهرا سهرابی

دکتر علی جلیلی شیشوان



نشر آکادمیک
ACADEMIC PRESS

سرشناسه	: درتاج، فریبرز، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: تحریف شناختی / مولفان فریبرز درتاج، زهرا سهرابی، علی جلیلی شیشوان.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات آکادمیک، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۰۲ ص: جدول.
رده بندی کنگره	: BF۲۰۱
رده بندی دیویی	: ۱۵۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۳۹۹۹۱۲



نشر آکادمیک
ACADEMIC PRESS

تحریف شناختی

مؤلفان: دکتر فریبرز درتاج، زهرا سهرابی، دکتر علی جلیلی شیشوان

انتشارات آکادمیک

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۰۰-۰-۵

نوبت چاپ: او / ۱۹۹۱

قیمت: ۴۱۰۰۰ تومان

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

خیابان سهروردی شمالی، خ هویزه غربی، خ یوسفی، پلاک ۱۰، طبقه دوم

۲۸۴۲۹۴۸۴

Academicpub1@gmail.com

Academicpress.ir



فهرست

فصل اول: روان‌شناسی شناختی

- روان‌شناسی شناختی ۷
- روش‌های روانشناسان شناختی ۸
- نقش ساختارهای شناختی در توانایی پردازش اطلاعات ۹
- تغییر ذهن ۹
- انتقادهایی بر رویکرد روان‌شناسی شناختی ۹

فصل دوم: فرآیندهای شناختی

- فرآیندهای شناختی ۱۱
- ساختار سلسله‌مراتبی تفکر ۱۲
۱. افکار خودآیند ۱۳
- ویژگی‌های افکار خودآیند ۱۳
- مداخلات مبتنی بر افکار خودآیند ۱۴
۲. فرض‌ها / قوانین زیر بنایی ۱۶
۳. باورهای مرکزی (طرح‌واره‌ها) ۱۶
- طرح‌واره‌ها ۱۷
- خصوصیات طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ۱۸
- انواع طرح‌واره‌های ناکارآمد ۱۸

فصل سوم: تحریف‌های شناختی

- تحریف‌های شناختی ۲۳
- تحریف‌ها و شکاف‌های ادراکی ۲۵
- انتظارات ناکارآمد ۲۶
- پردازش اطلاعات (نگرش‌ها، قواعد و مفروضه‌ها) ۲۷
- خطاها یا تحریف‌های شناختی (برنز، ۱۹۸۰) ۲۸
- تمایز افکار و احساسات ۲۹
- احساس بهتر ۳۰

۳۱	ده روش برای تغییر فکر.....
----	----------------------------

فصل چهارم: باورها و رفتارهای غیرمنطقی

۳۳	فلسفه‌های بنیادی باورهای مغرضانه، استنباطها و اسنادهای مشتق شده از آنها.....
۳۴	باورها و رفتارهای غیرمنطقی.....
۳۵	چهار ویژگی باورهای غیرمنطقی.....
۳۵	طبقه‌بندی باورهای غیرمنطقی.....
۳۵	مدیریت باورهای غیرمنطقی.....
۳۷	مفروضه‌های اساسی نظریه‌ی رفتاری عقلانی-هیجانی (REBT).....
۳۷	افزایش آگاهی از فرایندهای شناختی.....

فصل پنجم: اضطراب اجتماعی

۳۹	اضطراب.....
۴۰	انواع اضطراب.....
۴۰	اختلال اضطراب اجتماعی.....
۴۲	عوامل خطر و پیش‌آگهی.....
۴۳	عوامل ایجاد و حفظ اختلال اضطراب اجتماعی.....
۴۴	اثرات اضطراب.....
۴۶	ترس از ارزیابی منفی.....
۴۶	ادراک منفی از خویشتن.....

فصل ششم: افسردگی

۴۹	افسردگی.....
۵۱	تعریف شناختی و افسردگی.....
۵۱	سوگیری شناختی.....
۵۲	پردازش اطلاعات و خطاهای منطقی.....
۵۳	نگرش‌های ناکارآمد عملکرد.....
۵۴	نرخ شیوع افسردگی.....
۵۵	مؤلفه‌های بنیادین نظریه افسردگی بک.....
۵۶	درمان شناختی.....

فصل هفتم: لغزش شناختی

۵۸	لغزش شناختی.....
----	------------------

۵۹.....	اسکیزوفرنی
۶۰.....	خرده تیپ‌های اسکیزوفرنی
۶۳.....	علائم اسکیزوفرنی
۶۴.....	علائم مثبت
۶۹.....	علائم منفی
۷۳.....	منابع

پیوست‌ها

۸۵.....	پرسشنامه افکار خودآیند
۸۸.....	پرسشنامه اختلال ادراک
۹۰.....	پرسشنامه پرسش ارزیابی منفی
۹۲.....	پرسشنامه لغزش شناختی
۹۴.....	پرسشنامه افسردگی
۱۰۰.....	پرسشنامه مثلث شناختی (CTI)